Vacanze condivise. Un’esperienza per chi ama l’avventura e la natura.

Arezzo, agosto 2017

Coincidenze, si, continue coincidenze nella mia vita. Anche solo quando, dopo la lettura di un articolo, mi sono confrontata per una scelta di viaggio che – guarda caso – mi ha riportato all’argomento appena letto. Mi riferisco ad un progetto di comunità aperto in cui la parola chiave è “**condivisione**“. Un’esperienza che da tempo avevo in mente di provare, salvaguardando però una parte del mio tempo per pensare e per recuperare energia.

Ebbene, è stato così che avendo a disposizione una settimana in pieno agosto – periodo critico per chi ama vivere le vacanze in tranquillità – ho deciso di partire. Destinazione Arezzo, più precisamente Ceciliano. Nell’entroterra toscano – in una villa del ‘700 immersa in trentaquattro ettari tra oliveto, bosco e vigneto – ho condiviso il mio tempo con un gruppo di persone appena conosciute. In un luogo ricco di storia che ospita seminari incentrati sulla comunicazione, l’incontro e la comunità, abbiamo cucinato e mangiato insieme, collaborando e condividendo pensieri e capacità maturate. Persone accomunate da interessi legati ai viaggi culturali e all’agricoltura rispettosa della natura, che per giorni si sono sedute intorno ad un tavolo confrontandosi e scambiandosi opinioni. Un’ennesima sfida con me stessa che ha trasformato i miei giorni ad Arezzo in una vera e positiva esperienza di vita.

Ovviamente non sono mancate né le passeggiate nei borghi storici, né quelle nella natura. Non è mancato neanche un corso di conoscenza sull’uso di preparazioni naturali a base

di erbe spontanee, argomento a me particolarmente caro da sempre. Sono tante le cose che ho visto e sperimentato. Qui di seguito ve ne citerò alcune che a mio parere meritano un approfondimento, o meglio ancora, un’esperienza diretta e personale.

Come di consueto, appena giungo in un luogo, ho la necessità di ambientarmi esplorando e conoscendo ciò che mi circonda. E’ così che dopo una prima occhiata generale, insieme ai miei compagni di viaggio, ho passeggiato nella campagna circostante. Anche qui, come in molte altre terre d’Italia, la forte siccità degli ultimi mesi ha danneggiato l’agricoltura. Nonostante ciò ho notato la presenza di una pianta molto diffusa dalle foglie verde brillante: la **inula viscosa**. Dopo qualche ricerca, ho scoperto che è un’alleata naturale dell’ulivo, in quanto accoglie favorevolmente un insetto che ha il merito di contrastare la mosca olearia, un parassita tra

i più dannosi per l’olivicoltura. Molto interessante!

Imparare a riconoscere erbe e piante utili al nostro benessere è un’esperienza bellissima. Utilizzarle in cucina ancora di più. Una fra le tante raccolte è la **nepetella**. Mentuccia selvatica dal profumo delicato che ha conferito alla nostra acqua da tavola un sapore balsamico. Non è mancata nemmeno l’**acetosella**, chiamata anche erba brusca, facilmente riconoscibile dalle foglie cuoriformi. Tritandola con l’aggiunta di semi di girasole, ci ha permesso di ottenere un ottimo pesto ‘dalle proprietà depurative’ per condire la pasta. Soddisfazioni e piaceri naturali che ci hanno uniti e divertiti allietando la nostra tavola.

Intorno a noi tanta natura, ma anche moltissimi borghi storici. In primo luogo **Arezzo.** Bellissima cittadina nell’entroterra toscana che riporta indietro nel tempo. Il susseguirsi dei caratteristici scorci medievali ricchi di preziose testimonianze d’arte, di palazzi e di musei, mi ha fatto comprendere meglio perché Roberto Benigni l’ha scelta per girare alcune scene del film “La vita è bella”. Cuore della città Piazza Grande, un’area caratteristica per la sua forma trapezoidale e per la forte inclinazione, in cui ogni anno si svolge un suggestivo torneo cavalleresco: la Giostra del Saracino.

A poca distanza **Anghiari**, un altro bellissimo borgo medievale, uno tra i più belli d’Italia. Un comune noto per una famosa battaglia avvenuta nel 1440 in cui le truppe fiorentine si scontrarono con quelle milanesi. Casomai vi trovaste da queste parti vi consiglio di visitarlo. Passeggiando tra le sue vie e ammirando gli ingressi delle case fiorite, sarete avvolti da un’atmosfera unica che dà il senso della vacanza come la intendo io.

Raccolte d’erbe, visite a borghi storici ma anche momenti di confronto e conoscenza sulle problematiche legate all’ambiente e all’agricoltura. In un caldo pomeriggio, tra le antiche mura della casa, ho avuto il piacere di conoscere **Raúl Alvarez, regista di “Rinascere Nella Terra”**, documentario girato in Spagna, Francia, Italia, Grecia e Canada. Un progetto nato dopo la frequentazione attiva nel movimento WWOOF. Un’associazione di persone – i wwoofers – che credono in un’agricoltura e in un mondo sostenibile e naturale, che viaggiano e collaborano con realtà produttive che li accolgono e che in cambio forniscono loro vitto e alloggio.

Nonostante il caldo non sono mancati i cammini, come quello fatto sull’Appennino Toscano all’ombra di una foresta monumentale di faggi e abeti. Ci sono molti percorsi in Italia che permettono di scoprire luoghi d’arte e di storia. Noi,

insieme, ne abbiamo scelto uno che ci ha portato fino al complesso architettonico del **Santuario Francescano della Verna**. Un luogo di pellegrinaggio e di accoglienza ricco di opere d’arte che meritano un’attenta visione.

La mia permanenza ad Arezzo mi ha dato un’altra opportunità che da tempo desideravo e che ho colto con entusiasmo: visitare un villaggio ecologico. Una comunità in cui i membri sentono di appartenere, vivendo in armonia con la natura, sostenendosi a vicenda, e condividendo le risorse comuni. Insieme ai miei compagni di viaggio ho visitato quello situato ad **Upacchi**, a pochi km da Anghiari. Un borgo abbandonato che un gruppo di persone ha provveduto a ristrutturare seguendo i principi della bioarchitettura. Guidati da Eva Lotz, comunicatrice ecologica residente in una delle unità abitative di Upacchi da oltre quindici anni, abbiamo conosciuto questo centro sostenibile associato alla **RIVE – Rete Italiana dei**

Villaggi Ecologici.

Credo che sia facile intuire quanto la mia prima volta ad Arezzo sia stata intensa ed emozionante. Giorni in cui ho avuto modo di condividere ma anche di pensare che è giunto il momento di una pausa, prima di un nuovo inizio e di una nuova partenza.